



LE JOURNAL DE LA RÉSIDENCE VALÉRIE

EHPAD MONTIGNY EN OSTREVENT

La Une du Château

NUMÉRO 214.

Edition d'un nouveau numéro chaque semaine !

Nous vous proposons chaque semaine les activités qui ont lieu dans l'établissement mais aussi à l'extérieur.

Ainsi que la vie du château et le menu de la semaine.

Bonne lecture !



MOIS DE MARS 2026

SEMAINE DU 09 MARS AU 15 MARS 2026

Laissez le soleil vous guider dans ce mois de mars plein de possibilités.



Christelle, vous accueille au salon de coiffure le mardi et vendredi après midi à partir de 13h30



Le secrétariat est ouvert

du lundi au vendredi

de 8h30 à 16h30



Taper Résidence Valérie



**EHPAD Résidence Valérie
Place du Sana
59182 Montigny en Ostrevent**

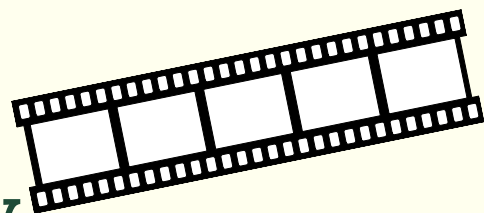


0327954954

**Mail :
Ehpad.residencevalerie@gmail.com**

Planning d'activités hebdomadaire (prévisionnel)

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<p>10h-11h00 </p> <p>Distribution du journal "la Une du journal" Dans tous les services</p> <p>Avec Mme Delliaux</p> 	<p>10h-11h00</p> <p>Création du journal "la une du château" Avec Mme Delliaux</p>	<p>10h-11h00</p> <p>"Sortie achat Personnel" (1 Mercredi sur deux) Avec Mme Delliaux</p> 	<p>10h-11h00</p> <p>sur la période estivale : Jardin Partagé Sortie Marché de Montigny</p> <p>Avec Mme Delliaux</p>	<p>10h-11h00</p> <p>Poursuite de la création du journal "la une du journal"</p> <p>Avec Mme Delliaux</p> 
<p>Mise en place de la table avec les résidents le midi en salle à manger au château de 11h00 à 11h45</p>				
<p>14h-16h</p> <p>"Atelier Quizz Musical"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Atelier Travaux Manuels"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Atelier tricot, couture, crochet"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"L'association Les Blouses Roses" Atelier Mémoire</p> <p>Petite salle à manger Château Avec Anne Marie Pureur</p> <p>14h-16h00 "Atelier Manuels" Salle à manger château avec Mme Delliaux</p> 	<p>14h-16h</p> <p>"Loto"</p> <p>Salle à manger Château Avec Mme Delliaux</p> 



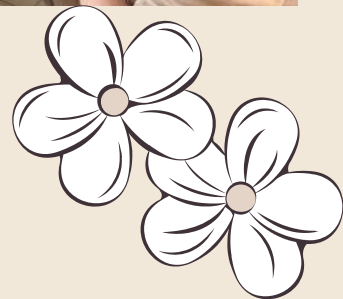
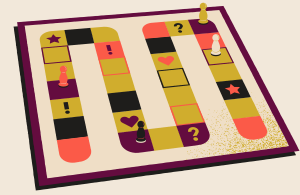
Programme TV du 09 mars 2026 au 10 mars 2026

Jour/Chaîne	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>6</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>
LUNDI	Maison de retraite	L'art du crime	Les miens	Marié au premier regard	Bodyguard	Independance Day	Appels d'urgence
MARDI	Koh Lanta	Le grand échiquetier	Meurtres en Martinique	Indiana Jones et le royaume du crâne de cristal	90'enquêtes	90 enquêtes	Bad Moms 2
MERCREDI	S.W.A.T 2017	L'affaire Laura Stern	Des racines et des ailes	Top chef	Enquêtes criminelles	Le diner de cons	Incredibles mariages gitans
JEUDI	Erica	Envoyé spécial	Meurtres dans les 3 vallées	Elodie Poux	y a que la vérité qui compte	Une famille en or	Tattoo Cover
VENDREDI	Danse avec les stars	Tropiques criminels	Voyage, voyage, les stars chantent au Maroc	Pekin express	Enquête d'action	Les animaux fantastiques	Cleaners les experts du ménage
SAMEDI	The Voice	Rugby : Tournoi des six Nations	Cassandra	Pour toi céline	La petite histoire de France	New york Unité Spéciale	Chroniques criminelles
DIMANCHE	Raid dingue	JO d'hiver	Meurtres en eaux troubles	Capital	Pretty woman	Esprits criminels	Léon



Vendredi 27 février 2026

Un après-midi agréable partagé avec le foyer de vie La Fontaine, où nous avons profité de jeux de société et d'une partie de belote.





Conseil de vie Sociale Le 12 mars 2026

Si vous avez des questions sur l'organisation, les repas, la lingerie, l'animation, ou d'autres sujets, n'hésitez pas à contacter M. Alain Basecq, qui vous représente lors de cette réunion.



La commission d'animation Le 24 mars 2026 à 14h30



Cette réunion a pour objectif de planifier les activités que vous souhaitez proposer tout au long de la période printemps/été.

Je compte vivement sur votre présence !!!!





**La salle snoezelen est à votre disposition.
Vous souhaitez prendre un rendez vous ?
Rapprochez vous des soignants**



**Les repas des anniversaires des résidents se déroulent 1 fois par mois.
Lors de votre anniversaire, vous avez la possibilité d'inviter 2 membres de
votre famille pour partager un bon moment.**

Vos repas sont froids !!!

**Nous pouvons faire réchauffer votre assiette, nous disposons dans chaque
salle à manger
de Micro ondes**



**Les horaires des Repas le midi : 12h15 -13h15
Repas du soir : 18h15 -19h15**



**Vous avez loupé un exemplaire du journal
" La Une du château"**

**Vous pouvez le retrouver dans un classeur (bleu)
à la salle à manger du Cht'i**



Jeux



E	D	B	O	U	R	G	E	O	N	H	V
N	I	V	A	R	B	R	E	W	Q	O	E
R	Q	L	E	Ç	B	H	E	R	B	E	R
C	H	E	N	I	L	L	E	X	Q	R	T
C	F	Y	O	I	S	E	A	U	U	N	I
K	I	T	O	O	H	A	D	E	O	S	N
F	B	E	F	E	U	I	L	L	E	O	S
U	Ç	O	L	U	D	A	L	Ç	R	L	E
F	L	E	U	R	H	I	Y	F	T	E	C
V	J	S	C	C	P	D	D	J	G	I	T
Y	T	M	S	A	A	B	E	I	L	L	E
U	W	S	P	S	A	I	S	O	N	L	G



FLEUR
ABEILLE
BOURGEON
ARBRE
FEUILLE

SOLEIL
HERBE
INSECTE
PAPILLON
CIEL

CHALEUR
OISEAU
VERT
CHENILLE
SAISON



Pâtes aux petits légumes printaniers à la vapeur

Préparation

Étape 1

Pelez les carottes et coupez-les en rondelles.

Étape 2

Lavez les pois, faites de même avec les haricots, équeutez-les et coupez-les en petits tronçons.

Étape 3

Pelez l'oignon et émincez-le finement.

Étape 4

Hachez finement l'ail.

Étape 5

Cuisez tous ces légumes 20 minutes à la vapeur.

Étape 6

Réchauffez le reste de pâtes et mélangez-les aux légumes cuits. Salez et poivrez.

Étape 7

Servez chaud avec un filet d'huile d'olive et saupoudrez de parmesan. 7

Ingrédients

4 pers.

restes de pâtes

2 carottes

400g de petits pois

400g de haricots verts

1 oignon

1 gousse d'ail

parmesan

huile d'olive

sel, poivre